

Pikantes Crispy Chicken im Video-Tutorial

Die Denner Rezepte werden von unserer Foodbloggerin Zoe Torinesi und ihrem kleinen Team jeweils mit Herzblut getestet, bis sie nicht nur richtig fein sind, sondern auch fehlerfrei gelingen. So wurden hier verschiedene Varianten für die Panade getestet. Das Endergebnis mit Pankomehl hat bei Weitem am meisten überzeugt. Für die Herstellung des Paniermehls aus der asiatischen Küche wird nur die Brotkrume – also das Innere des Brotes – verwendet. Dadurch werden die Krümel porös und besitzen eine Extraportion «Crunch».

Tipp fürs Frittieren ohne Thermometer: Um zu prüfen, ob das Öl heiss genug für den Frittiervorgang ist, den Stiel einer Holzkelle ins heisse Öl tunken. Bilden sich sofort Bläschen ums Holz, kann es losgehen. Sollte das Öl beim Frittieren stark spritzen und/oder die Panade verbrennen, ist die Temperatur zu hoch.

Wichtig ist auch, dass das Öl langsam erhitzt wird, denn seine Temperatur lässt sich viel weniger schnell regulieren wie jene von beispielsweise Wasser.

Zu guter Letzt noch ein Hinweis zum Entsorgen von Ölen: Keinesfalls sollte man Öl ins Spülbecken oder in die Toilette leeren – das Fett kann zu verstopften Leitungen führen und verschmutzt das Abwasser. Deshalb Öl immer sammeln und zu entsprechenden Entsorgungsstellen bringen.

Poulet

- 500 g Pouletbrust
- 1 grosse Knoblauchzehe, gepresst
- 2 TL Cayennepfeffer
- 2 TL Zwiebelpulver
- 2 TL frischer Ingwer, in der Knoblauchpresse gepresst
- 3½ dl Buttermilch
- 1 Ei, verquirt
- 2 EL Agavendicksaft oder flüssiger Honig
- ½ TL Salz

Panade

- 80 g Mehl
- 100 g Pankomehl
- 2-3 TL Chiliflocken, je nach gewünschter Schärfe
- 1 TL Paprikapulver
- 2½ TL Salz
- Circa 0,6 l Öl zum Frittieren, z.B. Rapsöl

Poulet

1. Pouletbrust unter fliessendem Wasser abspülen, trockentupfen und in Stücke à je circa 40 Gramm schneiden. Danach in eine Schüssel geben.
2. Nun folgende Zutaten begeben: gepressten Knoblauch, Cayennepfeffer, Zwiebelpulver, Ingwer, Buttermilch, Ei, Agavendicksaft oder Honig und Salz und gut durchmischen.
3. Schüssel mit Klarsichtfolie bedecken und im Kühlschrank mindestens 2 Stunden, optimalerweise 8 Stunden, ruhen lassen. Danach die Schüssel mit dem gesamten Inhalt (also Flüssigkeit und Poulet) 45 Minuten bei Raumtemperatur stehen lassen, damit das Fleisch beim Frittieren nicht zu kalt ist.

Panade

1. Mehl in einen tiefen Teller geben und neben die Schüssel mit dem Poulet stellen; in einem zweiten Teller Pankomehl mit Chiliflocken, Paprikapulver und Salz vermischen.
2. Pouletstücke zuerst im Mehl wälzen, wieder durch die Flüssigkeit ziehen und zum Schluss im Pankomehl wenden. So

weitermachen, bis alle Stücke paniert sind.

3. Einen kleinen Topf mit Öl langsam erhitzen. Wer ein Küchenthermometer besitzt, wartet, bis das Öl eine Temperatur von circa 150 Grad erreicht hat. Wer kein Thermometer hat, befolgt den Tipp im Einleitungstext weiter oben auf dieser Seite.
4. Zuerst ein einzelnes Stück vorsichtig ins Öl geben, um zu prüfen, ob das Öl nicht zu heiss ist. Die Kruste darf braun bis leicht dunkelbraun werden, aber keinesfalls verbrennen.
5. Danach können mehrere Stücke auf einmal frittiert werden. Nach circa 5–6 Minuten sind die Crispy-Chicken-Stücke fertig und können mit einer Schaumkelle aus dem Öl gehoben und auf einem Teller mit Haushaltspapier ausgelegt werden.

Zubereitungsdauer: circa 40 Minuten ohne Ruhezeit